

piątek, 1 marzec 2024

sobota, 2 marzec 2024

## Śniadanie

kakao (mleko,kakao,cukier) mleko	200 ml
pieczywo pszenno- żytnie z rogałem (mąka pszenna,jaja) jaja, mleko, gluten	
masło (mleko)	10 g
twaróg 60g (twaróg) mleko	60 g
miód porcjowy (miód)	1 szt
kiełbasa żywiecka (mięso wieprzowe) gluten, soja	45 g
liść sałaty zielonej	5 g

## Obiad

zupa dyniowa z mrożonki z grzankami (dynia mrożona, marchew,pietruszk,seler,śmietana,mąka,olej) gluten, seler	450 ml
udko pieczone	
ziemniaki (ziemniaki)	300 g
kompot (aronia,agrest,rabarbar)	250 ml

## Kolacja

herbata (herbata granulowana, woda)	250 ml
pieczywo pszenno-żytnie (kolacja) (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	120 g
masło (mleko)	10 g
pasta jajeczna (jaja, musztarda) jaja, gorczyca	80 g
pomidor	80 gram

## Posiłek nocy

mandarynka	80 gram
------------	---------

Energia	: 2662.0000 kcal
Białko	: 117.6100 g
Tłuszcz	: 81.9220 g
Węglowodany przyswajalne	: 331.3300 g
Sód	: 2328.4000 mg
Sól	: 5.6157 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	: 31.2500 g
Glukoza	: 4.1106 g
Fruktoza	: 4.0581 g
Sacharoza	: 58.5570 g
Laktoza	: 12.6500 g
Skrobia	: 225.8800 g
Błonnik pokarmowy	: 26.0530 g
Udział Energii z białka	: 18.5720 %
Udział Energii z tłuszczów	: 29.1070 %
Udział Energii z węglowodanów	: 52.3210 %

Alergeny: jaja, mleko, gluten, soja, seler, gorczyca

## Śniadanie

kawa zbożowa z mlekiem (mleko,kawa zbożowa) mleko, gluten	200 ml
pieczywo pszenno żytnie (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	90 g
masło (mleko)	10 g
szynka drobiowa (mięso drobiowe) soja	47 g
ser topiony 1/3 mleko	33 gram
rzodkiewka-surówka (rzodkiewka)	30 g
sałata zielona 1/6	

## Obiad

zupa ziemniaczanka (ziemniaki,marchew,pietruszk,seler,śmietana,mąka) gluten, seler	450 ml
kaszotto z mięsa i jarzyn, brokułów (kasza jęczmienna, mięso wieprzowe, boczek, brokuły, marchew,pietruszk,seler) gluten, seler	220 g
sos koperkowy (koper, śmietana, mąka) mleko, gluten	20 g
sałata zielona z sosem ogrodowym gorczyca	
kompot (aronia,agrest,rabarbar)	250 ml

## Kolacja

herbata (herbata granulowana, woda)	250 ml
pieczywo pszenno-żytnie (kolacja) (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	120 g
masło (mleko)	10 g
kiełbasa krakowska (mięso wieprzowe-peklowane,wędzone) gluten, soja	45 g
pomidor	80 gram

## Posiłek nocy

jabłko (jabłko)	180 g
--------------------	-------

Energia	: 2105.7000 kcal
Białko	: 74.9960 g
Tłuszcz	: 69.1420 g
Węglowodany przyswajalne	: 263.2700 g
Sód	: 2329.5000 mg
Sól	: 5.6592 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	: 30.4960 g
Glukoza	: 5.4898 g
Fruktoza	: 10.0430 g
Sacharoza	: 34.7790 g
Laktoza	: 10.8100 g
Skrobia	: 194.0000 g
Błonnik pokarmowy	: 27.4930 g
Udział Energii z białka	: 15.1860 %
Udział Energii z tłuszczów	: 31.5020 %
Udział Energii z węglowodanów	: 53.3110 %

Alergeny: jaja, mleko, gluten, soja, seler, gorczyca

niedziela, 3 marzec 2024

## Śniadanie

herbata (herbata granulowana,woda)	250 ml
pieczywo pszenno-żytnie (niedziela) (mąka pszenna,jaja) jaja, gluten	150 g
masło (mleko)	10 g
jajecznica ze szczypiorkiem (jaja, margaryna,szczypiorek) jaja	160 g
kielbasa-szynka prasowana (mięso wieprzowe) gluten, soja	45 g
pomidor	60 gram
sałata zielona 1/6	

## Obiad

zupa grysikowa (porcja rosolowa,kasza manna,marchew,pietruszk,seler) gluten, seler	450 ml
schab gotowany (schab)	100 g
buraczki na ciepło- duszone (mąka,śmietana) mleko, gluten	130 g
ziemniaki (ziemniaki)	300 g
kompot (aronia,agrest,rabarbar)	250 ml

## Kolacja

herbata (herbata granulowana, woda)	250 ml
pieczywo pszenno-żytnie (kolacja) (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	120 g
masło (mleko)	10 g
szynka drobiowa (mięso drobiowe) soja	47 g
sałatka jarska z kurkumą (kolacja) (marchew,pietruszk,seler) seler, gorczyca	80 g

## Posiłek nocy

wafel zbożowy	1 szt
---------------	-------

Energia	: 2490.8000 kcal
Białko	: 117.7200 g
Tłuszcz	: 76.2580 g
Węglowodany przyswajalne	: 299.8500 g
Sód	: 2574.5000 mg
Sól	: 6.1216 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	: 28.9600 g
Glukoza	: 3.1653 g
Fruktoza	: 3.1948 g
Sacharoza	: 54.1300 g
Laktoza	: 5.7600 g
Skrobia	: 222.5700 g
Błonnik pokarmowy	: 29.5480 g
Udział Energii z białka	: 19.9810 %
Udział Energii z tłuszczów	: 29.1230 %
Udział Energii z węglowodanów	: 50.8950 %

Alergeny: jaja, mleko, gluten, soja, seler, gorczyca

poniedziałek, 4 marzec 2024

## Śniadanie

kawa zbożowa z mlekiem (mleko,kawa zbożowa) mleko, gluten	200 ml
pieczywo pszenno żytnie (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	90 g
masło (mleko)	10 g
ser żółty 40g (mleko) mleko	40 gram
sałatka z brokułów(śniadanie) pacjenci (brokuły,jogurt,kukurydza kon.) mleko	60 g
kielbasa-szynka prasowana (mięso wieprzowe) gluten, soja	45 g
sałata zielona 1/6	

## Obiad

zupa pomidorowa z ryżem (przecier pomidorowy,ryż,marchew,pietruszk,seler,śmietana,olej) seler	450 ml
bitki drobiowe w sosie (duszone) (mięso drobiowe,mleko,mąka) mleko, gluten	120 g
sał z kap pekińskiej z olejem ( kapusta pekińska, olej)	150 g
ziemniaki (ziemniaki)	300 g
kompot (aronia,agrest,rabarbar)	250 ml

## Kolacja

herbata (herbata granulowana, woda)	250 ml
pieczywo pszenno-żytnie (kolacja) (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	120 g
masło (mleko)	10 g
pasztet drobiowy mleko, gluten, soja	55 gram
schab gotowany (mięso wieprzowe)	120 g
sałata zielona 1/6	

## Posiłek nocy

banan	100 g
-------	-------

Energia	: 2366.4000 kcal
Białko	: 101.6600 g
Tłuszcz	: 80.8680 g
Węglowodany przyswajalne	: 275.9700 g
Sód	: 2418.9000 mg
Sól	: 5.9032 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	: 34.9430 g
Glukoza	: 8.3003 g
Fruktoza	: 7.6542 g
Sacharoza	: 42.4590 g
Laktoza	: 10.1930 g
Skrobia	: 196.9900 g
Błonnik pokarmowy	: 28.4020 g
Udział Energii z białka	: 18.1660 %
Udział Energii z tłuszczów	: 32.5160 %
Udział Energii z węglowodanów	: 49.3180 %

Alergeny: jaja, mleko, gluten, soja, seler

wtorek, 5 marzec 2024

środa, 6 marzec 2024

## Śniadanie

herbata (herbata granulowana,woda)	250 ml
pieczywo pszenno żytnie (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	90 g
masło (mleko)	10 g
pasta bułgarska (twaróg,jaja,koncentrat pomidorowy,szczypiorek) jaja, mleko	60 g
jajko gotowane jaja	55 g
rzodkiewka-surówka (rzodkiewka)	30 g
sałata zielona 1/6	

## Obiad

zupa koperkowa z ziemniakami (koper,marchew,pietruszkaseler,śmietana,mąka,olej) gluten, seler	450 ml
udziec pieczony z kurczaka (udziec z kurczaka, olej)	150 g
sos potrawkowy (marchew,pietruszkaseler,cebula,śmietana,mąka) mleko, gluten, seler	50 g
ryz gotowany	
kompot (aronia,agrest,rabarbar)	250 ml

## Kolacja

herbata (herbata granulowana, woda)	250 ml
pieczywo pszenno-żytnie (kolacja) (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	120 g
masło (mleko)	10 g
szynka drobiowa (mięso drobiowe) soja	47 g
sałatka makaronowa-warzywna(kolacja) (makaron, kukurydza,jogurt) jaja, mleko, gluten, seler, gorczyca	60 g

## Posiłek nocy

mus warzywny (przecier z jabłek, zielonego groszku, brokułów)	100 g
--	-------

Energia	: 2640.4000 kcal
Białko	: 134.9100 g
Tłuszcz	: 80.2350 g
Węglowodany przyswajalne	: 385.7700 g
Sód	: 2154.7000 mg
Sól	: 5.1226 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	: 27.3680 g
Glukoza	: 4.0967 g
Fruktoza	: 4.2584 g
Sacharoza	: 47.8280 g
Laktoza	: 5.1100 g
Skrobia	: 225.3000 g
Błonnik pokarmowy	: 74.2100 g
Udział Energii z białka	: 19.2390 %
Udział Energii z tłuszczów	: 25.7450 %
Udział Energii z węglowodanów	: 55.0150 %

Alergeny: jaja, mleko, gluten, soja, seler, gorczyca

## Śniadanie

kawa zbożowa z mlekiem (mleko,kawa zbożowa) mleko, gluten	200 ml
pieczywo pszenno żytnie (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	90 g
masło (mleko)	10 g
jajecznica ze szczypiorkiem (jaja, margaryna,szczypiorek) jaja	160 g
szynka drobiowa (mięso drobiowe) soja	47 g
pomidor	60 gram
liść sałaty zielonej	5 g

## Obiad

zupa dyniowa z mrożonki z grzankami (dynia mrożona, marchew,pietruszkaseler,śmietana,mąka,olej) gluten, seler	450 ml
pulpet drobiowo wieprzowy- gotowany (mięso drobiowe, mięso wieprzowe, jaja, bułka pszenna) jaja, gluten	90 g
surówka z selera i jabłka (seler korzeń,jabłko) seler	
ziemniaki (ziemniaki)	300 g
kompot (aronia,agrest,rabarbar)	250 ml

## Kolacja

herbata (herbata granulowana, woda)	250 ml
pieczywo pszenno-żytnie (kolacja) (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	120 g
masło (mleko)	10 g
pieczeń wiedeńska (mięso wieprzowe,soja,gluten)	50g
sałatka jarska z kurkumą (kolacja) (marchew,pietruszkaseler) seler, gorczyca	80 g

## Posiłek nocy

mandarynka	80 gram
------------	---------

Energia	: 2151.4000 kcal
Białko	: 96.6260 g
Tłuszcz	: 69.8420 g
Węglowodany przyswajalne	: 276.4700 g
Sód	: 2560.6000 mg
Sól	: 6.2472 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	: 25.8040 g
Glukoza	: 5.8671 g
Fruktoza	: 7.5804 g
Sacharoza	: 40.0060 g
Laktoza	: 9.7800 g
Skrobia	: 204.2500 g
Błonnik pokarmowy	: 30.1490 g
Udział Energii z białka	: 18.2230 %
Udział Energii z tłuszczów	: 29.6360 %
Udział Energii z węglowodanów	: 52.1410 %

Alergeny: jaja, mleko, gluten, soja, seler, gorczyca

czwartek, 7 marzec 2024

## Śniadanie

---

herbata (herbata granulowana,woda)	250 ml
pieczywo pszenno żytnie (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	90 g
masło (mleko)	10 g
ser topiony 1/3 mleko	33 gram
kielbasa żywiecka (mięso wieprzowe) gluten, soja	45 g
pomidor	60 gram
liść sałaty zielonej	5 g

## Obiad

---

zupa szpinakowa z lanym ciastem jaja, gluten, seler	450 ml
gulasz drobiowy- duszony (mięso drobiowe,mąka,śmietana) mleko, gluten	
sur z rzepy jabłka i marchwi (rzepa,marchew,jabłko,olej)	120 g
ziemniaki (ziemniaki)	300 g
kompot (aronia,agrest,rabarbar)	250 ml

## Kolacja

---

herbata (herbata granulowana, woda)	250 ml
pieczywo pszenno-żytnie (kolacja) (mąka pszenna,mąka żytnia, jaja) jaja, gluten	120 g
masło (mleko)	10 g
twaróg z pietruszka zieloną (twaróg, pietruszka zielona) mleko	60 g
rzodkiewka-surówka (rzodkiewka)	30 g

## Posiłek nocy

---

deser owsianka (płatki owsiane,jogurt naturalny,owoce)	100 g
---	-------

---

Energia	:	1942.7000 kcal
Białko	:	64.7890 g
Tłuszcz	:	52.3250 g
Węglowodany przyswajalne	:	273.7200 g
Sód	:	2039.7000 mg
Sól	:	4.9280 g
Kwasy tłuszczowe nasycone	:	28.6910 g
Glukoza	:	3.7998 g
Fruktoza	:	4.7969 g
Sacharoza	:	46.4250 g
Laktoza	:	8.0100 g
Skrobia	:	199.0300 g
Błonnik pokarmowy	:	24.9340 g
Udział Energii z białka	:	14.2010 %
Udział Energii z tłuszczów	:	25.8050 %
Udział Energii z węglowodanów	:	59.9940 %

Alergeny: jaja, mleko, gluten, soja, seler